

Uso de fitoterápicos durante pandemia COVID-19 auxiliando no tratamento de transtornos: ansiedade e depressão

Use of herbal medicine during the COVID-19 pandemic helping in the treatment of disorders: anxiety and depression

Uso de medicina herbal durante la pandemia de COVID-19 ayuda en el tratamiento de trastornos: ansiedad y depresión

Recebido: 14/12/2022 | Revisado: 26/12/2022 | Aceitado: 27/12/2022 | Publicado: 01/01/2023

Bruna Saraiva Carvalho

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3642-5145>
Centro Universitário IBMR, Brasil
E-mail: bruna110898@gmail.com

Letícia Gabriela Henrique Santana

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4223-3158>
Centro Universitário Estácio do Recife, Brasil
E-mail: leticia gabrielasantana@outlook.com

Tayane Moura Martins

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3236-8574>
Universidade Federal do Pará, Brasil
E-mail: tayanemartins@ufpa.br

Antonia Dyeilly Ramos Torres Rios

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5111-3430>
Centro de Ensino Unificado de Teresina, Brasil
E-mail: dyeilly@hotmail.com

Raul Ricardo Rios Torres

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6256-0041>
Centro Universitário Santo Agostinho, Brasil
E-mail: raul.rios@gmail.com

Sabrina Tavares Dias de Araújo

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5819-7681>
Universidade Paulista, Brasil
E-mail: bina.tavares@hotmail.com

Adriana de Medeiros Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9345-480X>
Centro Universitário UNINOVAFAPI, Brasil
E-mail: adrianamedeiros@yahoo.com.br

Letícia Lacerda Marques

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6348-8232>
Centro de Ensino Unificado de Teresina, Brasil
E-mail: leticia21@hotmail.com

Anna Karolina Lages de Araújo

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4477-1416>
Universidade Federal do Piauí, Brasil
E-mail: karol.lages@gmail.com

Rodrigo Daniel Zanoni

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7641-2851>
Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Brasil
E-mail: drzanoni@gmail.com

Resumo

Introdução: Foi declarado em março de 2019, pela Organização Mundial de Saúde (OMS) a infecção pelo COVID-19 como pandêmica. Desde então, estima-se que transtornos como depressão e ansiedade cresceram em até 25%. Recentes publicações da OMS apontam que 9,3% da população brasileira vem sofrendo de Transtorno de Ansiedade (TA), e 5,8% sofrem de Transtornos de Depressão Maior (TDM), com essas taxas o Brasil atinge o marco de segundo colocado com pessoas com TDM, e primeiro colocado com pessoas com TA. **Objetivo:** Analisar o uso de fitoterápicos durante período pandêmico pela infecção do COVID-19 auxiliando no tratamento de transtornos: ansiedade e depressão. **Metodologia:** A presente pesquisa tem como caráter uma revisão sistemática da literatura, de abordagem qualitativa e descritiva com o uso da estratégia PICO, onde buscou-se na Biblioteca Virtual em Saúde, utilizou-se 29 artigos para essa revisão. **Resultados e Discussão:** Tanto durante os primeiros momentos críticos da

pandemia, como a primeira onda, quanto com o seu cessamento, veio a pandemia da saúde mental, evidenciou segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) que durante o primeiro ano da pandemia, houve um aumento de 25% da prevalência global de pessoas portando TAG e depressão, onde isoladamente a depressão conseguiu atingir cerca de 44% da população. *Considerações Finais:* A partir dessas considerações, pode-se observar que essa pesquisa evidenciou o aumento do quantitativo de transtornos durante a pandemia, onde as pessoas recorrem a tratamentos não medicamentosos e que a população têm-se atualizado ainda mais acerca do uso de fitoterápicos.

Palavras-chave: Medicamentos fitoterápicos; Ansiedade; Depressão; Tratamento não farmacológico; COVID-19.

Abstract

Introduction: In March 2019, the World Health Organization (WHO) declared the COVID-19 infection to be pandemic. Since then, it is estimated that disorders such as depression and anxiety have increased by up to 25%. Recent WHO publications point out that 9.3% of the Brazilian population has been suffering from Anxiety Disorder (AD), and 5.8% suffer from Major Depression Disorders (MDD), with these rates Brazil reaches the milestone of second place with people with MDD, and first place with people with AD. *Objective:* To analyze the use of herbal medicines during a pandemic period due to the COVID-19 infection, helping to treat disorders: anxiety and depression. *Methodology:* This research is a systematic review of the literature, with a qualitative and descriptive approach using the PICO strategy, which was searched in the Virtual Health Library, using 29 articles for this review. *Results and Discussion:* Both during the first critical moments of the pandemic, such as the first wave, and with its cessation, came the mental health pandemic, evidenced according to data from the World Health Organization (WHO) that during the first year of the pandemic, there was a 25% increase in the global prevalence of people with GAD and depression, where depression alone managed to reach about 44% of the population. *Final Considerations:* From these considerations, it can be seen that this research has shown an increase in the number of disorders during the pandemic, where people resort to non-drug treatments and that the population has become even more up-to-date on the use of herbal medicines.

Keywords: Herbal medicines; Anxiety; Depression; Treatment pharmacological; COVID-19.

Resumen

Introducción: En marzo de 2019, la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró la infección por COVID-19 como pandemia. Desde entonces, se estima que trastornos como la depresión y la ansiedad han aumentado hasta en un 25%. Publicaciones recientes de la OMS señalan que el 9,3% de la población brasileña ha estado sufriendo de Trastorno de Ansiedad (TA), y el 5,8% sufre de Trastornos de Depresión Mayor (TDM), con estas tasas Brasil alcanza el hito del segundo lugar con personas con TDM, y primer lugar con personas con AD. *Objetivo:* Analizar el uso de medicamentos a base de hierbas durante un período de pandemia debido a la infección por COVID-19, ayudando a tratar los trastornos: ansiedad y depresión. *Metodología:* Esta investigación es una revisión sistemática de la literatura, con abordaje cualitativo y descriptivo utilizando la estrategia PICO, la cual fue buscada en la Biblioteca Virtual en Salud, utilizándose 29 artículos para esta revisión. *Resultados y Discusión:* Tanto durante los primeros momentos críticos de la pandemia, como la primera ola, como con su cese, vino la pandemia de salud mental, evidenciada según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) que durante los primeros años de la pandemia, hubo un aumento del 25% en la prevalencia global de personas con TAG y depresión, donde la depresión por sí sola logró llegar a cerca del 44% de la población. *Consideraciones Finales:* A partir de estas consideraciones, se puede ver que esta investigación ha demostrado un aumento en el número de trastornos durante la pandemia, donde las personas recurren a tratamientos no farmacológicos y que la población se ha actualizado aún más en el uso de las hierbas. medicamentos.

Palabras clave: Medicamentos herbolarios; Ansiedad; Depresión; Tratamiento farmacológico; COVID-19.

1. Introdução

Foi declarado em março de 2019, pela Organização Mundial de Saúde (OMS) a infecção pelo COVID-19 como pandêmica. Desde então, estima-se que transtornos como depressão e ansiedade cresceram em até 25%. Recentes publicações da OMS apontam que 9,3% da população brasileira vem sofrendo de Transtorno de Ansiedade (TA), e 5,8% sofrem de Transtornos de Depressão Maior (TDM), com essas taxas o Brasil atinge o marco de segundo colocado com pessoas com TDM, e primeiro colocado com pessoas com TA (Organização Mundial da Saúde, 2 de março de 2022).

Por conta dos seus índices epidemiológicos e por seus acontecimentos obstinados, o TDM é comumente anunciado como "A patologia deste final de milênio" (Biancarelli, 1998, p. 6). A caracterização dessa doença se dá em determinados sintomas caracterizados por um tempo, duração e intensidade. Esta irá gerar alterações como agitação ou retardo motor, no sono, apetite, entre outros, trazendo sintomas de culpa, pensamento de morte, ideação suicida, etc (Rodrigues, 2002). Já a

ansiedade pode ser vista da mesma forma pela sociedade, porém aparece sintomas como: agitação, inquietação, irritabilidade, fadiga, tensão, fobias, podendo acarretar distúrbios alimentares como a compulsão alimentar (Zuardi, 2016).

Os mitos e tabus que perpassam a sociedade, os fazem acreditar que é uma doença biológica e de origem hereditária. Há também quem as caracterize como “um ato de chamar atenção ou frescura”, caracterizando dessa forma podem influenciar a pessoa ainda mais a culpar-se e com isso agravar suas sintomatologias (Resende, 2013).

Esse acréscimo nas taxas de pessoas acometidas por tais transtornos, causa grandes preocupações no impacto gerado na saúde mental do país no período pós-pandêmico. O desenvolvimento de ações que possam movimentar a sociedade poderá ter grande contribuição no tratamento não farmacológico, em harmonia com a equipe multidisciplinar, proporcionando aos pacientes alternativas de tratamento não invasivos e não-medicamentosos (Barros, *et al.* 2020).

A abordagem farmacotécnica de fitoterápicos tem contribuído grandemente em tratamentos de Transtornos Mentais Comuns (TMC), estas são utilizadas para prevenção, tratamento e cura de doenças. O uso de plantas medicinais contribui para um tratamento alopático. De modo que, com um grande avanço nos estudos realizados com plantas para fins terapêuticos, mostram-se eficientes quanto a segurança e a serventia da fitoterapia (Pessolato *et al.*, 2021).

De acordo com Pessolato, *et al.* (2021) a procura por fitoterápicos durante pandemia COVID-19 teve um aumento, a busca de tratamentos alternativos para alívio de sintomas desenvolvidos pelo isolamento, mudanças no estilo de vida e/ou manifestações de luto tornou maior a demanda de comercialização de fitoterápicos, por se tratar de tratamento com eficácia comprovada, acessível e de fácil acesso, tem sido a principal busca popular, além da manifestação de efeitos adversos ser muito baixa.

A escolha de pessoas que sofrem dessas psicopatologias pelo uso de medicina alternativa tem crescido, para esses transtornos o uso de fitoterápicos mais evidenciados são: *melissa officinalis*, *valeriana officinalis* e *passiflora incarnata* (Sollozo-dupont, 2011).

Observando esse cenário, emerge a seguinte questão norteadora: “Qual a importância do auxílio do uso de fitoterápicos durante período pandêmico no tratamento de transtornos de ansiedade e depressão?”. Nota-se a relevância de discussões sobre essa temática, dessa forma levará a uma análise de impactos causados pelo uso de fitoterápicos no auxílio de transtornos como ansiedade e depressão no período pandêmico. De tal modo, que a presente pesquisa tem por objetivo analisar o uso de fitoterápicos durante a pandemia de COVID-19 auxiliando no tratamento de transtornos: ansiedade e depressão.

2. Metodologia

A presente pesquisa tem como caráter uma revisão sistemática da literatura, de abordagem qualitativa e descritiva. Essa abordagem segue alguns passos para sua realização: 1- Definir estratégia de busca nas bases de dados; 2- Estabelecer questão de pesquisa; 3- Busca dos estudos nos bancos de dados; 4- estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão; 5- Avaliar criticamente os estudos previamente selecionados; 6- Coleta de dados; 7- Síntese de arquivos selecionados (Galvão, *et al.*, 2004).

Para direcionamento e estabelecimentos de pesquisa, utilizou-se a estratégia PICO, onde P (pacientes) são os pacientes com transtornos de depressão e ansiedade, I (intervenção) é a utilização de fitoterápicos, Co (contexto) durante a pandemia COVID-19 (Quadro 1).

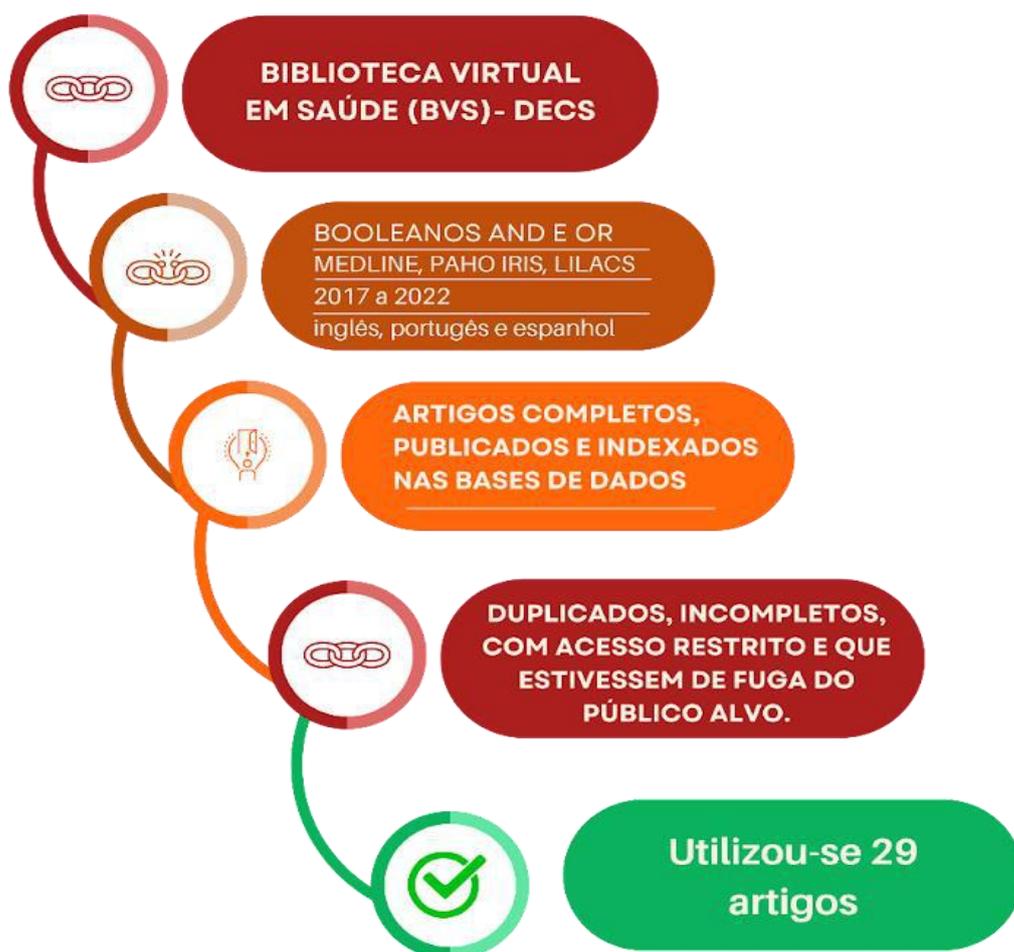
Quadro 1 - Tabela da utilização da estratégia PICO para direcionamento da pesquisa.

Estratégia PICO	
P (Paciente)	Pacientes com transtorno de ansiedade e depressão
I (Intervenção)	Utilização de fitoterápicos
Co (Contexto)	Pandemia COVID-19

Fonte. Adaptada pelos autores (2022).

Com o uso da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) utilizando os descritores: “Ansiedade; Depressão; Medicamentos Fitoterápicos; Tratamento Não Farmacológico; COVID-19”, juntamente com o auxílio dos caracteres booleanos *AND* e *OR*, para cruzamento de descritores e obtenção de dados. As bases de dados elencadas foram: MEDLINE, PAHO IRIS, LILACS, com o corte temporal dos últimos 5 anos: 2017 a 2022, nos idiomas de inglês, português e espanhol, onde foram selecionados os artigos completos, publicados e indexados nas bases de dados supracitadas. Todavia excluíram-se os duplicados, incompletos, com acesso restrito e que estivessem de fuga do público-alvo e objetivo de pesquisa. Inicialmente foram encontrados 97 artigos, onde após a leitura na íntegra e inserir critérios de inclusão e exclusão, utilizou-se 29 artigos (Figura 1).

Figura 1 - Critérios de busca e seleção de artigos para compor a revisão.



Fonte. Adaptado pelos autores (2022).

3. Resultados e Discussão

Diante das incertezas da pandemia, o lockdown, a perda de emprego, desestabilidade financeira, incerteza do futuro e do presente, perda de ente querido, o medo do amanhã, o medo de adoecer, o medo da morte, a solidão tudo ao mesmo tempo, junto com a falta de profissionais para recorrer visto que muito falava-se sobre as vítimas da COVID, omitindo as vítimas da ansiedade e depressão que vieram juntas com esse momento pandêmico, não ter como ter um profissional seja por condições financeiras ou a falta em si de ter profissional atuante diante da demanda, fez com que essas doenças tivessem um aumento alarmante na sociedade (Di Renzo *et al.*, 2020).

Compreende-se que a ansiedade é considerada uma reação normal do indivíduo quando alguma situação estressante ou determinante pode vir a acontecer, contudo pode vir a se tornar patológica dependendo do número de recorrência em determinado tempo. Pode ser de origem genética, desequilíbrio químicos no cérebro ou eventos específicos como traumas, ou até mesmo pelos hábitos de vida como um trabalho estressante ou alimentos ricos em gordura saturada, dos sintomas mais recorrentes pode citar a preocupação excessiva sem motivação aparente de forma contínua, a tensão que pode manifestar nos sintomas físicos como também a sudorese, taquicardia, bradipneia. Dentro do momento pandêmico houve não apenas um aumento da ansiedade patológica, mas principalmente da TAG em que há um excesso de irritabilidade, cansaço, inquietação a insônia e falta de atenção/concentração, onde o cérebro não compreende que é preciso descansar (de Souza *et al.*, 2021).

Já a depressão é uma patologia em que pode vir acompanhado com a ansiedade, mas onde seu destaque é o desânimo, infelicidade, angústia, pessimismo, inutilidade, sentimentos para baixo que reflete também na saúde física como o aumento ou a perda de peso e apetite, constipação, dores musculares. Nos últimos anos já tinha sido visto um aumento de ambas patologias, contudo muitas das vezes negligenciadas por conta de estereótipo em que a pessoa que passa por esses distúrbios é porque querem ou é frescura ou até mesmo remetendo a religião, esquecendo que durante essa fase há um desequilíbrio da dopamina, serotonina e oxitocina, os principais neurotransmissores dos hormônios da felicidade que quando estão em homeostasia trazem consigo o ciclo sono vigília, concentração, memória, apetite, humor, tudo que está desequilibrado durante esses distúrbios (Karnopp *et al.*, 2021).

Tanto durante os primeiros momentos críticos da pandemia, como a primeira onda, quanto com o seu cessamento, veio a pandemia da saúde mental, evidenciou segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) que durante o primeiro ano da pandemia, houve um aumento de 25% da prevalência global de pessoas portando TAG e depressão, onde isoladamente a depressão conseguiu atingir cerca de 44% da população (Brasil, 2019).

Houve também um aumento desses medicamentos para com as pessoas com TAG e DM, pois como não possuem cura instantânea como uma dor na barriga, o paciente precisa tomar com prazo maior, então pode ser mais prejudicial nesses casos utilizar medicamentos alopáticos. Apesar de possuir o extrato natural, diante da patologia do paciente como as citadas anteriormente é preciso que haja receita médica para poder reter o medicamento, pois a automedicação, assim como os alopáticos, pode ter efeitos adversos como alergia, psicose, taquicardia, epilepsia e convulsões quando tomados em doses inadequadas por tempo indevido. Além disso, cabe ressaltar que a utilização dessas medicações em combinação com os sintéticos, sem prescrição médica, também pode desencadear prejuízos à saúde (Posadzki e Ernst, 2013).

De acordo com a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), os medicamentos fitoterápicos são aqueles onde seu princípio ativo é derivado de vegetais ou plantas consideradas medicinais. Ou seja, a sua base é de um extrato vegetal, podendo ser raízes, folhas, plantas e sementes, onde contém diversas substâncias naturais, o que difere dos medicamentos sintéticos aonde esses vêm de um processo de síntese com moléculas químicas processadas em laboratórios. Comumente são apresentados em 3 formas: a interna com xaropes e cápsulas, tópicos com os cremes e gel e com os aromáticos como os óleos essenciais (de Moura Silva *et al.*, 2022).

Diferente do que erroneamente é transpassado a sociedade, principalmente por conta de cultura e tradição, há diferença entre plantas medicinais e os medicamentos fitoterápicos pois estes são apenas considerados fitoterápicos quando tem a regulamentação da ANVISA após processo toxicológico junto com o farmacológico industrial, já as plantas não precisam de nenhum processo industrial para ser ofertada aos que precisam, podendo inclusive ser consumida *in natura*, ou seja mesmo que restaure a saúde do paciente como chás, não é considerado medicamento por não haver o selo de aprovação. Hoje, há mais de 200 tipos de fitoterápicos autorizados pela ANVISA, dentre os quais pode citar a kava-kava, valeriana e a passiflora que são receitadas para a depressão/ ansiedade (Pessolato, 2021).

Dentre as plantas medicinais e os medicamentos fitoterápicos que atuam na ansiedade cabe destacar a passiflora que tem como planta base a folha do maracujá onde é uma das opções recorrentes na atuação contra o distúrbio, uma vez que contém crisina que tem a atividade ansiolítica, interferindo no funcionamento comprometido do ácido gama-aminobutírico (GABA), este que é um neurotransmissor inibidor do sistema nervoso central (SNC) responsável pelo ciclo vigília-sono, melhorando no estado de ânimo, estresse, ansiedade e desconcentração. Outro ansiolítico apresentado aos pacientes é a melissa *officinalis*, onde popularmente é conhecida apenas como a erva-cidreira, que além de ser utilizada como chá que é a mais comum pode também estar presente em óleos, loções e bálsamos; atuando na insônia e baixo desempenho cognitivo, foi constatado que o seu uso da forma recomendada trouxe atividades similares que são vistas quando fármacos são utilizados contra os mesmos sintomas no SNC (Simões *et al.*, 2021). Além desses, há a tradicional erva de São Jorge (*Valeriana officinalis*), em que também vai aumentar a ação do GABA inibindo assim o SNC causando o efeito sedativo, e pelo mesmo mecanismo vai favorecer o homeostasia do sistema nervoso autonômico, reduzindo os tremores, frequência cardíaca e a respiratória também (Apolinário, 2021).

Por muito tempo na sociedade ocidental foi mais predominante a utilização de medicamento alopático por conta da facilidade de acessibilidade, de consumo e de dispor por muitas vezes o efeito mais rápido, apesar disso a prática com as plantas medicinais é uma prática cultural dos povos milenares como nas tribos indígenas, sendo inclusive o meio mais predominante para restaurar a saúde dos que necessitam. Contudo, desde 2016 o Ministério da Saúde relatou um aumento na busca e consumo de medicamentos fitoterápicos, no sistema único de saúde (SUS), seja como terapia alternativa ou principal. Isso aconteceu principalmente porque os medicamentos convencionais apesar de melhorar a patologia, traz consigo efeitos colaterais que a longo prazo costuma ser prejudicial à saúde, ou seja, apesar de tratar a doença base traz também outra doença, como as úlceras estomacais, além disso causa outros feitos como dependência química, letargia, sono e sedação, ressaltando também o alto custo o que não é visto com a mesma frequência nesses outros medicamentos (Silva & Silva, 2018).

4. Considerações Finais

A grande maioria dos estudos que apresentam o uso de fitoterápicos durante a pandemia mostram o seu benefício no auxílio do tratamento. Dessa forma, a busca por medidas alternativas tem aumentado e gerado resultados em tratamentos de transtornos como a ansiedade e a depressão. Diante das pesquisas, pode-se observar o crescimento do uso de fitoterápicos como auxiliar no tratamento de transtornos como ansiedade e depressão. Ao se tratar da pandemia causada pela infecção do COVID-19, houve um aumento significativo no quantitativo de diagnósticos desses transtornos e conseqüentemente o uso da medicina alternativa através dos fitoterápicos.

A partir dessas considerações, pode-se observar que essa pesquisa evidenciou o aumento do quantitativo de transtornos durante a pandemia, onde as pessoas recorrem a tratamentos não medicamentosos e que a população têm-se atualizado ainda mais acerca do uso de fitoterápicos. Pode também contribuir com a análise dos benefícios do seu uso como auxiliar no tratamento de transtornos como a ansiedade e depressão.

Referências

- Apolinário, J. M. dos S. da S. (2021). Farmacoterapia e utilização da *Melissa Officinalis* na indução do SONO. *Revista multidisciplinar em saúde*, 2(3), 21.
- Braga, J. C. B., & da Silva, L. R. (2021). Consumo de plantas medicinais e fitoterápicos no Brasil: perfil de consumidores e sua relação com a pandemia de COVID-19. *Brazilian Journal of Health Review*, 4(1).
- da Rocha, A. C. B., Myva, L. M. M., & de Almeida, S. G. (2020). O papel da alimentação no tratamento do transtorno de ansiedade e depressão. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 9 (9), e724997890-e724997890.
- da Silva, C. F. (2021). Práticas integrativas e complementares na atenção básica: experiências de fisioterapeutas no contexto da saúde mental Integrative and complementary practices in primary care: experiences of physical therapists in the context of mental health. *Brazilian Journal of Development*, 7(7), 67214-67221.
- Da Silva, I. B. L., & Veronez, F. D. S. (2021). Estratégias da Atenção Básica sobre os casos de Transtorno de Ansiedade em adultos e idosos. *Brazilian Journal of Health Review*, 4(2), 8020-8029.
- da Silva, M. G. P., & da Silva, M. M. P. (2018). Avaliação do uso de fitoterápicos em distúrbios psiquiátricos. *Revista de Atenção à Saúde*, 16(56), 77-82.
- da Silva, M. A., Marcelino, E. M., da Silva, A., & Mariz, S. R. (2021). Avaliação de práticas e saberes sobre fitoterapia e automedicação entre graduandos de enfermagem: Um estudo transversal. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 10 (9), e45610918173-e45610918173.
- de Lima, M. A., Pereira, K., & de Souza, G. O. (2021). Promoção da fitoterapia no emprego de plantas medicinais com ação neurológica: uma revisão integrativa. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 10 (14), e393101422281-e393101422281.
- de Mendonça Neto, I. J., da Costa, S. S. L., de Noronha Barboza, V., do Vale, C. M. G. C., Nunes, F. V. A., Aires, C. A. M., & de Brito, T. S. (2022). Plantas medicinais e fitoterápicos no cuidado da saúde mental em tempos de pandemia: uma revisão da literatura. *Revista de Medicina*, 101(3).
- de Moura Silva, F. T., Ferreira, D., de Barros Santana, G., Santos, K. M. G., & de França, E. F. G. (2022). Utilização da fitoterapia para redução da ansiedade frente a pandemia por SARS-COV-2. *Revista Fitos*.
- de Souza, J. F., de Lima, R. M., Batista, J. R. M., & Mariz, S. R. (2020). Prevalência da prática de automedicação entre estudantes de psicologia: um estudo transversal. *Brazilian Journal of Development*, 6(12), 98105-98116.
- Di Renzo, L., Gualtieri, P., Cinelli, G., Bigioni, G., Soldati, L., Attinà, A., & De Lorenzo, A. (2020). Aspectos psicológicos e hábitos alimentares durante o confinamento domiciliar por COVID-19: resultados da pesquisa online italiana EHLIC-COVID-19. *Nutrientes*, 12 (7), 2152.
- dos Santos Correa, R. M., de Araújo Moysés, D., de Barros, L. S. C., Pantoja, A. L. G., de Araújo Moysés, D., Vale, V. S., & da Rocha Galucio, N. C. (2022). Saúde mental e atenção farmacêutica: uso de plantas medicinais e fitoterápicos nos transtornos de ansiedade. *Research, Society and Development*, 11(6), e52911628930-e52911628930.
- Karnopp, K. V., Peranzoni, V. C., Golle, D. P., & Camargo, M. A. S. (2021). Plantas Alimentícias Não Convencionais: Usos E Saberes Dos Idosos. *Revista Interdisciplinar De Ensino, Pesquisa E Extensão*, 9(1), 423-431.
- Letona, A. M., Pileta, M. C., & Piedrasanta, A. R. (2021). Fitoterapia de la Medicina Tradicional China para combatir de forma exitosa la covid-19. *Revista Cubana de Tecnología de la Salud*, 12(2), 117-128.
- Pessolato, J. P., de Paula Rodrigues, S., Souza, D. A., & Boiati, R. F. (2021). Avaliação do consumo de Valeriana e Passiflora durante pandemia COVID-19. *Brazilian Journal of Health Review*, 4(2), 5589-5609.
- Posadzki, P., Watson, L. K., & Ernst, E. (2013). Efeitos adversos de fitoterápicos: uma visão geral de revisões sistemáticas. *Medicina clínica*, 13 (1), 7.
- Resende, C., Santos, E., Santos, P., & Ferrão, A. (2013). Depressão nos adolescentes—mito ou realidade? *Nascer E Crescer-Birth And Growth Medical Journal*, 22 (3), 145-150.
- Santos, K. M. R. D., Galvão, M. H. R., Gomes, S. M., Souza, T. A. D., Medeiros, A. D. A., & Barbosa, I. R. (2021). Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19. *Escola Anna Nery*, 25.
- Simões, M. M., da Silva Leite, M. F. M., Marques, F. M. C., de Medeiros, M. A. C., Pereira, M. E. T., da Nóbrega Holanda, J. K., & de Oliveira Filho, A. A. (2021). Relato de experiência sobre o uso racional dos fitoterápicos contra a Covid-19 na comunidade redinha. *Research, Society and Development*, 10(5), e8110514497-e8110514497.